

Freihamer Yoga-Kids

(mit Eltern/Bezugsperson, für 3 – 7jährige)

jeden Dienstag (tuesdays) 16.15 – 17.00 Uhr, im NBT



Wir laden eure Kinder und euch ein, die Welt des Yoga mit uns zu entdecken!

Auf kreative und spielerische Weise lernen die Kinder die typischen Asanas kennen und können schon früh ihren natürlichen Bewegungsdrang nutzen, um die eigenen Grenzen und Bedürfnisse zu erforschen und respektieren zu lernen.

Durch die regelmäßige Wiederholung der Übungen und dem Erlernen von Entspannungsmethoden, werden die Kids sanft für den Alltag geschult und gestärkt.

[Infos & Anmeldung \(Registration\) bitte per Email an: Steffi vom team@hallo-yoga-freiham.de](#)

Bitte nehmt gern eure Lieblingsmatte mit, für alle Anderen haben wir Equipment (Matten, Klötze, Gurte) vorrätig!

Hallo Yoga!

Beitrag: 5€ pro Stunde, 5er Karten für 20€.
Es handelt sich um einen fortlaufenden Kurs

